Amsterdam UMC
Universitair Medische Centra

Focus op zelfzorg

PRISMA

Kenmerken

- PRo-actief Interdisciplinaire Self-MAnagement
- korte leefstijl interventie van 2 dagdelen van 2,5-3,5 uur
- biedt educatie, steun en begeleiding in het maken van eigen keuzes over leefstijl en omgang met (risico op) ziekte
- richt zich op: risicoperceptie, uitkomstverwachting, self-efficacy, intentie tot gedragsverandering en maken van eigen actieplan
- onderbouwd en gebaseerd op het evidence based DESMOND programma (GB)
- PRISMA (preventie) DM: Goed onderbouwde leefstijl interventie (RIVM)
- stelt patiënt centraal en sluit aan bij positieve gezondheid
- wordt gegeven door twee getrainde hulpverleners
- is multi-inzetbaar, ziekte-overstijgend en interdisciplinair
- wordt gegeven in meer dan 30 zorginstellingen en Nederland en op Aruba

PRISMA DIABETES

PRISMA PREVENTIE DIABETES

PRISMA HART & VAATZIEKTEN

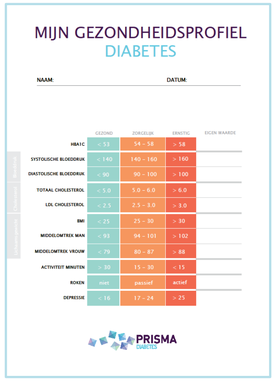
PRISMA PREVENTIE HART & VAATZIEKTEN

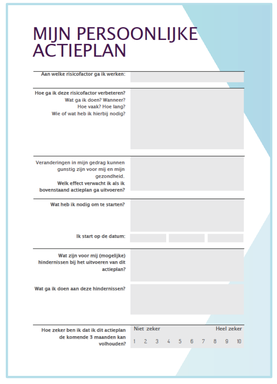
PRISMA VETLEVERZIEKTEN

PRISMA GENDER GEZONDE LEEFSTIJL

Ervaringen PRISMA-trainers

'Groepsdynamiek is meerwaarde'
'Ik pas PRISMA ook toe in de individuele consulten'
'Professionals leren elkaar op ander manier kennen en werken op andere manier samen'
'Veel meer werkplezier en voldoening!'





Contact en informatie

E-mail: prisma@vumc.nl
Algemeen: www.focusopzelfzorg.nl
Training: www.focusopvoeding.nl
Patiënten: www.prismacursus.nl